

หลังคลอดเลือดออกเป็นก้อนลิ่ม เลือดออกหลังคลอด 1-2 เดือน อันตรายไหม

คุณแม่ให้นมบุตร

บทความ

พ.ย. 18, 2024

6 นาที

หนึ่งในภาวะแทรกซ้อนที่คุณแม่ตั้งครรภ์หลายคนอาจกังวลคือ “ตกเลือดหลังคลอด” ซึ่งอาจเกิดขึ้นได้หลังคลอดไปแล้ว 24 ชั่วโมง จนถึงหลังคลอด 12 สัปดาห์ หลังคลอดหากคุณแม่หลังคลอดเลือดออกเป็นก้อนลิ่ม หรือเลือดออกหลังคลอด 1-2 เดือนผิดปกติใหม่ ไซ้ตกเลือดหลังคลอดหรือเปลา มาทำความเข้าใจเกี่ยวกับภาวะเลือดออกหลังคลอด เพื่อให้คุณแม่ได้เตรียมตัวรับมือและดูแลสุขภาพตนเองได้อย่างดีที่สุด

สรุป

- คุณแม่หลังคลอดจะมีเลือดออกทางช่องคลอด เรียกว่า “น้ำคาวปลา” มีลักษณะเป็นเลือดสีแดงสดในวันแรก ๆ และอาจมีเลือดออกเป็นก้อนลิ่มเลือดปนออกมาบ้างในช่วง 2-3 วันแรก ถือเป็นภาวะปกติ
- โดยปกติแล้ว น้ำคาวปลาจะค่อย ๆ ลดลงและหมดไปภายใน 4-6 สัปดาห์หลังคลอด ดังนั้นหากคุณแม่หลังคลอดมีเลือดออกหลังคลอด 1-2 เดือนก็เป็นไปได้ เพราะเป็นช่วงที่น้ำคาวปลายังไม่หมด แต่เลือดที่ออกในช่วงนี้จะน้อยลงมากแล้ว และไม่ใช่อะไรที่อันตราย
- หากเลยช่วงที่น้ำคาวปลาควรหมดแล้ว แต่ยังมีเลือดออกผิดปกติ ควรรีบไปพบแพทย์ เนื่องจากมีความเสี่ยงภาวะตกเลือดหลังคลอด

เลือกอ่านตามหัวข้อ

- คุณแม่หลังคลอดเลือดออกเป็นก้อน เกิดจากอะไร
- หลังคลอดมีเลือดออกเป็นก้อน ปกติไหม
- หลังคลอด 1 เดือน มีเลือดออก อันตรายไหม

- เลือดออกหลังคลอด 2 เดือน และ 3 เดือน ปกติใหม่
- น้ำคาวปลาหมดแล้ว แต่มีเลือดออกอยู่ ทำยังไงดี
- วิธีดูแลตัวเอง เมื่อคุณแม่มีเลือดออกเป็นก้อนหลังคลอด

คุณแม่หลังคลอดเลือดออกเป็นก้อน เกิดจากอะไร

หลังคลอดใหม่ ๆ คุณแม่จะสังเกตเห็นเลือดออกทางช่องคลอด ซึ่งเรียกว่า “น้ำคาวปลา” เลือดจะมีสีแดงสด และอาจมีเลือดออกเป็นก้อน มีลิ่มเลือดปนออกมาบ้างในช่วง 2-3 วันแรก ลิ่มเลือดเหล่านี้คือเศษเนื้อเยื่อ และเมือกที่หลงเหลืออยู่ในโพรงมดลูก หลังจากที่รกหลุดออกมาแล้ว มดลูกจะบีบตัวเพื่อขับสิ่งเหล่านี้ออกมาเอง ทั้งนี้ ลิ่มเลือดที่ออกมามักจะมีขนาดไม่ใหญ่

หลังคลอดมีเลือดออกเป็นก้อน ปกติใหม่

คุณแม่อาจพบว่า หลังคลอดมีเลือดออกเป็นก้อนในช่วง 2-3 วันแรก ถือเป็นเรื่องปกติ เนื่องจากร่างกายกำลังขับน้ำคาวปลาออกมา โดยน้ำคาวปลาจะมีการเปลี่ยนแปลงสีตามระยะเวลา ดังนี้

- **ระยะแรก (3-4 วันแรก)** น้ำคาวปลาจะมีสีแดงสด คล้ายประจำเดือน
- **ระยะที่สอง (4-10 วัน)** น้ำคาวปลาจะเปลี่ยนเป็นสีชมพูอ่อน หรือสีน้ำตาลเนื้อ
- **ระยะที่สาม (10 วันขึ้นไป)** น้ำคาวปลาจะมีสีเหลืองขาว และจะค่อย ๆ หายไปภายใน 4-6 สัปดาห์หลังคลอด

อย่างไรก็ตาม หากคุณแม่ยังคงมีเลือดออกเป็นลิ่ม ๆ หรือมีปริมาณเลือดออกมากผิดปกติหลังจาก 10 วันหลังคลอด ควรรีบปรึกษาแพทย์ทันที เนื่องจากอาจเป็นสัญญาณของภาวะตกเลือดหลังคลอด ซึ่งต้องได้รับการรักษาโดยเร็ว

หลังคลอด 1 เดือน มีเลือดออก อันตรายไหม

การมีเลือดออกหลังคลอด 1 เดือน นอกจากน้ำคาวปลาที่ยังไม่หมดแล้ว ยังอาจเกิดจากปัจจัยอื่น ๆ ได้ด้วย ซึ่งอาจเป็นอันตรายหรือไม่ก็ได้ เช่น

- **เลือดประจำเดือน** โดยทั่วไป ประจำเดือนจะกลับมาหลังจากที่น้ำคาวปลาหมด โดยประมาณคือ 1 เดือน แต่สำหรับคุณแม่ที่ให้นมลูก การกลับมาของประจำเดือนอาจช้าออกไปได้ ขึ้นอยู่กับระยะเวลาที่ให้นมลูก นอกจากนี้ คุณแม่ที่มีสุขภาพแข็งแรงดี ก็มีโอกาที่จะกลับมาตกไข่และมีประจำเดือนได้เร็วขึ้นเช่นกัน
- **เลือดจากการป้อนนมลูกน้อย** ในระหว่างให้นมลูก จะมีการหลั่งฮอร์โมนซึ่งช่วยให้มดลูกบีบ

ตัวดีขึ้น นอกจากจะช่วยเรื่องการหดตัวของมดลูกแล้ว ยังช่วยขับน้ำคาวปลา จึงทำให้มีเลือดออกมานั่นเอง

- **คุณแม่หลังคลอดมีการฝึ่งยาคุม** สำหรับคุณแม่ที่ฝึ่งยาคุมกำเนิด อาจพบว่ามีเลือดออกผิดปกติในช่วงแรก ๆ หลังจากฝึ่งยา ซึ่งเป็นผลข้างเคียงที่พบได้บ่อย อย่างไรก็ตาม ปัญหาเรื่องเลือดออกนี้มักจะค่อย ๆ ดีขึ้นและหายไปเองในที่สุด ในบางรายอาจมีเลือดออกน้อยลงเรื่อย ๆ จนกระทั่งไม่มีประจำเดือนเลยตลอดระยะเวลาที่ฝึ่งยาคุม
- **มีการติดเชื้อในทางเดินปัสสาวะ** หากคุณแม่สังเกตเห็นว่าปัสสาวะมีสีผิดปกติ เช่น เป็นสีชมพู แดง หรือสีชา แสดงว่ามีเลือดปนอยู่ในปัสสาวะ ซึ่งอาจเป็นสัญญาณของการติดเชื้อในทางเดินปัสสาวะ การมีเลือดปนในปัสสาวะเช่นนี้เป็นอาการที่ไม่ควรมองข้าม ควรรีบพบแพทย์เพื่อตรวจวินิจฉัยและรับการรักษาที่ถูกต้อง

เลือดออกหลังคลอด 2 เดือน และ 3 เดือน ปกติไหม

โดยปกติแล้ว น้ำคาวปลาจะค่อย ๆ ลดลงและหมดไปภายใน 4-6 สัปดาห์หลังคลอด ดังนั้น หากคุณแม่มีเลือดออกหลังคลอด 2 เดือน ก็ยังถือว่าเป็นเรื่องปกติที่อาจมีน้ำคาวปลาเหลืออยู่บ้าง แต่ปริมาณจะน้อยลงมากแล้ว

อย่างไรก็ตาม หากเลือดออกยังคงมีต่อเนื่องไปจนถึงเดือนที่ 3 หลังคลอด ซึ่งเป็นช่วงที่น้ำคาวปลาควรจะหมดไปแล้ว อาจเป็นสัญญาณของภาวะตกเลือดหลังคลอดได้ เนื่องจากภาวะนี้สามารถเกิดขึ้นได้จนถึง 12 สัปดาห์หลังคลอดเลยทีเดียว

น้ำคาวปลาหมดแล้ว แต่มีเลือดออกอยู่ ทำยังไงดี

แม้ว่าน้ำคาวปลาเหมือนจะหมดแล้ว บางครั้งอาจมีเลือดออกเล็กน้อยได้อีกสักระยะ เพราะยังมีการหลุดลอกของเนื้อเยื่อบริเวณที่รกเกาะ แต่หากมีเลือดสีสดออกมาก จนชุ่มผ้าอนามัยหนึ่งแผ่น ภายในหนึ่งชั่วโมง ติดต่อกันนานกว่า 3 ชั่วโมง ควรรีบไปพบแพทย์โดยด่วน เพราะอาจเป็นสัญญาณของภาวะตกเลือดหลังคลอด



วิธีดูแลตัวเอง เมื่อคุณแม่มีเลือดออกเป็นก้อน หลังคลอด

พูดถึงวิธีดูแลตัวเอง เมื่อคุณแม่มีเลือดออกหลังคลอด 1-2 เดือน ดูแลตัวเองยังไง ให้เลือดออกน้อยที่สุด

หลังคลอด ไม่ว่าจะคุณแม่จะคลอดแบบธรรมชาติหรือผ่าตัด ควรพักผ่อนให้เพียงพออย่างน้อย 4-6 สัปดาห์ เพื่อให้ร่างกายได้ฟื้นฟูอย่างเต็มที่ นอกจากนี้ การรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ จะช่วยให้ร่างกายแข็งแรงและมีพลังงานในการดูแลลูกน้อย

ในช่วงนี้ คุณแม่ควรสังเกตอาการของตัวเองอย่างใกล้ชิด หากพบความผิดปกติ เช่น เลือดออกหลังคลอด 1-2 เดือนมากผิดปกติ เลือดออกเป็นก้อนขนาดใหญ่ มีไข้ ปวดท้องน้อยรุนแรง หรือรู้สึกหน้ามืด วิงเวียนศีรษะ ควรรีบไปพบแพทย์ทันที เพื่อตรวจสอบสาเหตุและรับการรักษาที่ถูกต้อง

คุณแม่หลังคลอดเลือดออกเป็นก้อนในช่วงแรกถือเป็นเรื่องปกติ และหากยังมีเลือดออกนิดหน่อยหลังคลอด 1-2 เดือน ไม่ต้องเป็นกังวล เพราะเป็นช่วงที่ร่างกายขับน้ำคาวปลายังไม่หมด อย่างไรก็ตาม หากพ้นช่วงที่น้ำคาวปลาหมดแล้ว คุณแม่อังคยังมีเลือดออกเป็นก้อน หรือเลือดสด ๆ ไหลออกมา ควรรีบไปพบแพทย์ทันที และการสังเกตอาการอย่างใกล้ชิด จะช่วยให้คุณแม่ผ่านพ้นช่วงเวลา

ไปได้อย่างปลอดภัย

บทความแนะนำสำหรับคุณแม่ตั้งครรภ์

- Health check แบบประเมินสุขภาพของคุณแม่และพัฒนาการของลูกน้อย
- เลือดล้างหน้าเด็กคืออะไร เลือดล้างหน้าเด็กสัญญาณแรกของการตั้งครรภ์
- 7 วิธีลดหน้าท้องหลังคลอดอย่างปลอดภัย ให้คุณแม่กลับมาเฟิร์มอีกครั้ง
- โฟเลต คืออะไร อาหารที่มีโฟเลตสูงสำคัญกับคุณแม่ตั้งครรภ์แค่ไหน
- เบาหวานขณะตั้งครรภ์ อันตรายกับคุณแม่ท้องและลูกในครรภ์อย่างไร
- คนท้องทำบวมเพราะอะไร ปกติหรือไม่ มีวิธีลดบวมยังไงบ้าง
- คนท้องเป็นกรดไหลย้อนอันตรายไหม คุณแม่มือใหม่รับมือแบบไหนดี
- คนท้องท้องอืด แก้อย่างไรดี พร้อมเมนูอาหารแก้ท้องอืดสำหรับคนท้อง
- คนท้องปวดหลัง เกิดจากอะไร วิธีดูแลคนท้องปวดหลังพร้อมวิธีแก้ปวด
- คุณแม่ปวดท้องข้างขวา บอกระยะอะไรบ้าง ปวดท้องแบบไหนต้องไปหาหมอ
- คุณแม่ปวดท้องข้างซ้าย บอกระยะอะไรบ้าง ปวดท้องแบบไหนต้องไปหาหมอ

อ้างอิง:

1. ภาวะตกเลือดหลังคลอดที่คุณแม่ควรรู้...หลังจากกลับไปบ้าน, โรงพยาบาลพญาไท 3
2. ภาวะตกเลือดหลังคลอด, โรงพยาบาลแมคคอร์มิค
3. 10 ความเชื่อ...จริง และ ไม่จริง กับคุณแม่หลังคลอด, โรงพยาบาลขอนแก่น ราม
4. What to Expect After Your Vaginal Delivery?, Kamm McKenzie OBGYN
5. Vaginal Bleeding After Birth: When to Call a Doctor, WebMD
6. หลังคลอดประจำเดือนจะมาเมื่อไหร่ และคุณแม่ต้องดูแลตนเองอย่างไร?, โรงพยาบาลพญาไท
7. ย่าฝั่งคุณแม่กำเนิด” เรื่องควรรู้และผลข้างเคียงที่ต้องระวัง!, โรงพยาบาลศิริรินทร์
8. ปัสสาวะเป็นเลือด, MedPark Hospital
9. รู้ทันภาวะตกเลือดหลังคลอด เข้าใจอาการและป้องกัน, โรงพยาบาลสินแพทย์

อ้างอิง ณ วันที่ 21 กันยายน 2567





คุณแม่ตั้งครรภ์

แม่ผ่าคลอด

ดูแลลูกตามช่วงวัย

ภูมิแพ้ในเด็ก



แอลฟาแล็ค สฟิงโกไมอีลิน



พัฒนาการสมองลูกน้อย



การขับถ่ายลูกน้อย



คุณแม่ให้นมบุตร



เครื่องมือตัวช่วยคุณแม่



อาหารเด็ก



S-Mom Club



ข้อมูลผลิตภัณฑ์



โปรโมชั่น